Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №38 посёлка Эльбан Амурского муниципального района

Хабаровского края

Доклад

«Здоровьесберегающие технологии

в развитии речи дошкольников»

(из опыта работы)

Выполнила: Кузьмина О.А

Антипова О.В

2024г

Дошкольный возраст – это период, когда закладывается фундамент здоровья человека на всю жизнь. Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника и именно эти задачи являются приоритетными. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии.Здоровьесберегающие технологии ДОУ -это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.В настоящее время использование здоровьесберегающих технологий в деятельности ДОУ, становятся перспективным средством развивающей работы с детьми. Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств развития речи, все чаще применяемых в дошкольной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения: обеспечить возможность сохранения здоровья детей за период обучения и воспитания, сформировать необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Хорошо развитая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Но в последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и речевого развития.

Благодаря использованию **здоровьесберегающих технологий у детей происходит**:

Улучшение памяти, внимания, мышления; Повышение способности к произвольному контролю; Улучшение общего эмоционального состояния; Повышается работоспособность, уверенность в себе; Стимулируются двигательные функции; Снижает утомляемость; Развивается дыхательный и артикуляционный аппарат; Стимулируется речевая функция.

**Здоровьесберегающие педагогические технологии** применяются в различных видах деятельности дошкольников:

-на занятиях;

-во время физминуток;

-во время утренней гимнастики;

-в режимных моментах и т.д.

Одним из видов здоровьесберегающих технологий является гимнастика.

Виды гимнастики, для развития речи детей: • артикуляционная гимнастика; • дыхательная;• бодрящая; • пальчиковая гимнастика; • игровой массаж, самомассаж.

**Артикуляционная гимнастика**  – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка, комплексно влияют на развитие речи и интеллектуальные способности детей.

Детям очень нравятся артикуляционные сказки- гимнастики про язычок, ведь выполняются не только упражнения, но и развивается сюжет, а их ротик превращается в дом для язычка. Нос – в горку, на которую язычок пытается забраться, зубки – в заборчик и так далее. Например, «Сказка о веселом язычке».

**Дыхательная гимнастика**  – ритмичные шумные вдохи и выдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают обменные процессы, психо – эмоциональное состояние, выводят из стресса, повышают иммунитет. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Прежде всего, нужно начать работу по отработке правильного дыхания. Дыхание – это основа нашей речи. Ребенок должен научиться правильно дышать во время речи, не делать вдох в середине речи, не говорить на вдохе.

Развивать у ребенка правильное дыхание следует через игровые приемы. Выполняйте упражнения на развитие длительного выдоха: дуйте на различные легкие предметы (перышки, ватка, снежинка, игрушки на воде и т.д.) учите детей надувать воздушные шары, выдувать мыльные пузыри, устраивайте «Шторм в стакане», петь гласные звуки.

**Пальчиковая гимнастика**  - позволяет активизировать работоспособность головного мозга, влияет на центры развития речи, развивает ручную умелость, помогает снять напряжение. Пальчиковые игры очень эмоциональны, увлекательны. Это инсценировка, каких- либо рифмованных историй, сказок при помощи рук. Например: *«Медведь»*.

Лез медведь в свою берлогу

Все бока свои помял.

Эй скорее на подмогу.

Мишка, кажется, застрял.

(Медленно засовывайте платочек одним **пальцем в кулак**.С силой вытянуть платок.)

Для тренировки пальцев могут быть использованы упражнения: «Пальчики здороваются», «Капуста», «Моя семья», «Мышки испугались», «Кулак-ребро-ладонь» и т. д.

**Бодрящая гимнастика** - проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия (хождение по корригирующим дорожкам), воспитания правильной осанки, обширное умывание.

Глазки открываются,

Глазки просыпаются,

Потягушки — ножки,

Потягушки — пяточки,

Ручки и ладошки,

Сладкие ребяточки!

**Игровой массаж и самомассаж** - позволяет стимулировать рост нервных клеток, развитие мелкой моторики, а также помогает наладить эмоциональный контакт и снять напряжение. Применяется точечный массаж.

**Элементы точечного массажа**.

Учёным давно известно, что есть связь между участками кожи и внутренними органами. В результате точечного массажа укрепляются защитные силы организма.

**«Взяли ушки за макушки»**(самомассаж ушной раковины выполняется большим и указательными пальцами – большой палец находится сзади)

Взяли ушки за макушки    (большим и указательным пальцами с обеих сторон)

Потянули…                        (несильно потянуть вверх)

Пощипали…                                (несильные нажимы пальцами, с постепенным продвижением вниз)

Вниз до мочек добежали.

Мочки надо пощипать:        (пощипывание в такт речи)

Пальцами скорей размять…

(приятным движением разминаем между пальцами)

Вверх по ушкам проведём

(провести по краю уха, слегка сжимая большим и указательным пальцами)

И к макушкам вновь придём.

**Стимулирование активных точек**, расположенных на пальцах рук осуществляется при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, каштаны, катушки и др.)

**Игры с пробками от бутылок.**Две пробки от пластиковых бутылок кладем на столе резьбой вверх. Это – «лыжи». Указательный и средний пальцы встают в них, как ноги. Двигаемся на «лыжах», делая по шагу на каждый ударный слог.

«Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы,

Мы любим забавы холодной зимы»

То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно.

**Игры с прищепками.**

В играх с прищепками у детей развиваются речь и творческое воображение, формируются сенсорные и пространственные понятия.

Бельевой прищепкой поочередно «кусаем» ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

«Сильно кусает котенок - глупыш.

Он думает это не палец, а мышь, (смена рук)

Но я же играю с тобою, малыш,

А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш! »

**Массаж Су-Джок шарами, кольцами.**

Варианты работы с использованием су-джок колец : Дети поочерёдно надевают массажные кольца на каждый пальчик, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики, сначала на правой затем на левой руке. Дети работают по инструкции взрослого. Надень колечко на мизинец правой руки и т.д. Ребёнок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец. Дети называют, на какую руку и какой палец надето колечко.

**Использование здоровьесберегающих технологий** в работе с дошкольниками даёт положительные результаты: · повышение речевой активности; · снижение уровня заболеваемости; · повышение работоспособности, выносливости; · развитие психических процессов; · формирование двигательных умений и навыков, правильной осанки; · развитие общей и мелкой моторики; · увеличение уровня социальной адаптации.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии используемые в работе с детьми позволяют своевременно скорректировать имеющиеся нарушения речи у ребенка и в дальнейшем окажет существенное влияние на качество школьного обучения.